# *BODY IMAGE* DAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA MAHASISWI

(Body Image and Trends of Body Dysmorphic Disorders in Students)

Mochamad Indra Wahyudi[1], Muhammad Salis Yuniardi[2]

[1,2]Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
Email: indra7879@gmail.com[1], salis_ardi@yahoo.com[2]

## ABSTRAK

*Kecenderungan body dysmorphic disorder dapat diartikan sebagai peralakuan yang obsesif jika seseorang tidak puas terhadap penampilan fisiknya yang dianggap belum menarik. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecenderungan body dysmorphic disorder adalah body image atau citra tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti sejauh mana hubungan body image terhadap kecenderungan body dysmorphic disorder pada mahasiswi. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis pendekatan cross-sectional study, teknik pengambilan data menggunakan teknik accidental sampling. Adapun subjek dalam penelitian bejumlah 357 mahasiswi. Hasilnya diketahui bahwa adanya korelasi negatif antara kedua variabel, namun memiliki angka korelasi lemah yaitu sebesar -0,281. Nilai signifikansi sebesar 0,000 menunjukkan adanya pengaruh body image terhadap kecenderungan BDD pada mahasiswi.*

***Kata Kunci: Body Image, Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder, Mahasiswi.***

## ABSTRACT

*The tendency of body dysmorphic disorder can be interpreted as obsessive obsessions if someone is not satisfied with physical appearance that is considered not interesting. One of the factors that influence the tendency of body dysmorphic disorder is body image or body image. This research was aims to examine the correlation between body image and tendency of body dysmorphic disorder in female students. This research uses quantitative research with cross-sectional study approach, data collection technique using accidental sampling technique. Subjects of this research amount 357 female students. The result is known that there is a negative correlation between the two variables, but has a weak correlation number of -0.281. The significance value of 0.000 indicates the effect of body image on the tendency of BDD in female students*

***Keyword: Body Image, Tendency of Body Dysmorphic Disoreder, Female Student***

## PENDAHULUAN

Manusia secara harfiah adalah makhluk visual, dimana manusia selalu menilai penampilan manusia lain, yang pada kenyataannya setiap individu berusaha untuk mengubah penampilan agar bisa mendapatkan penilaian baik dari orang lain, atau untuk terlihat lebih baik dari orang lain. Masa dewasa awal merupakan pertanda bahwa seorang individu telah tumbuh menjadi kuat fisiknya atau tumbuh memiliki ukuran yang sempurna atau telah menjadi dewasa. Dewasa awal merupakan masa individu mulai bekerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis, dan menyisakan sedikit waktu untuk hal lainnya (Santrock, 2012). Masa muda (*youth*) merupakan periode dimana individu memiliki kebutuhan ekonomi dan pribadi, dan perjuangan antara ketertarikan pada kemandirian dan terlibat dalam kondisi sosial (Santrock, 2012). Pada masa ini,

terjadi berbagai perubahan pada diri individu dewasa, salah satunya adalah perubahan fisik. Terkait dengan perubahan fisik yang terjadi, para individu dewasa harus dapat menerima keadaan fisiknya dan menggunakan fungsi tubuhnya secara efektif, dimana hal tersebut merupakan salah satu tugas perkembangannya (Santrock, 2012).

Melalui pandangan individu dewasa yang selalu membenahi penampilan diri, memang hanya sedikit yang bisa menyangkal tingkat kepuasan dari penampilan seseorang. Namun, sebagian orang juga beranggapan bahwa ketidakpuasan dengan penampilannya menimbulkan tekanan pada kesehatan mentalnya atau kehidupan sosialnya. *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) atau kelainan dismorfik tubuh adalah kelainan *somatoform* yang menarik dan relatif umum yang telah digambarkan di seluruh dunia selama lebih dari satu abad (Phillips, 2001). Gejala *somatoform* sendiri merupakan gejala fisikyang nampak seperti mual, pusing dan sakit perut tanpa ada sebab medisnya. BDD sering menyebabkan gangguan berat dan terutama gangguan psikologis, dan hal itu dapat menyebabkan bunuh diri. Namun, gangguan ini biasanya kurang dikenali dalam ranah klinis.

Berdasarkan DSM IV, kecenderungan BDD ditandai oleh perilaku obsesi terhadap satu atau lebih cacat dirasakan atau kekurangan dalam penampilan fisiknya yang tidak dapat diamati atau muncul hanya sedikit pada diri penderitanya, dan dengan perilaku berulang (seperti memeriksa cermin, perawatan yang berlebihan, memegang area yang cacat, atau menutupi kecacatannya saat bersama orang lain) atau tindakan mental (perilaku membandingkan penampilan seseorang dengan orang lain) dalam menanggapi keprihatinan penampilan (APA, 2000). Gangguan BDD dapat diartikan sebagai kebiasaan yang terobsesi pada kekurangan yang ada ditubuhnya, sehingga selalu terpikirkan akan penampilannya seperti ketika ada sedikit keanehan fisik, ataupun pada saat orang lain memperhatikan penampilannya secara berlebihan (Phillips, 2001). Kebiasaan terobsesi pada cacat fisik tersebut menyebabkan individu mengalami ketidak percayaan diri yang pada saat individu berada di kehidupan sosialnya, pekerjaan, atau pada kondisi tertentu.

BDD telah lama digambarkan dalam literatur Eropa dan Jepang, istilah yang paling sering muncul yaitu *dysmorphophobia*, sebuah istilah yang diciptakan oleh Psikiater asal Italia yaitu Enrico Morselli (Phillips, 2001). Kemudian Janet dan Kraepelin menggambarkan BDD diibaratkan sebagai hal yang menekankan rasa malu yang luar biasa yang dialami penderita BDD. Janet dan Kraepelin menggambarkan seorang wanita muda yang khawatir bahwa dia memiliki penampilan buruk dan menggelikan dan yang selama 5 tahun membatasi diri pada sebuah apartemen mungil yang jarang dia kunjungi (Phillips, 2001). Istilah lain yang digunakan untuk menggambarkan BDD selama bertahun-tahun meliputi *hypochondriasis dermatologis*, *beauty hypochondria*, dan "orang yang khawatir akan menjadi jelek (Phillips, 2001). Akan tetapi dalam kenyataannya kecenderungan BDD ini cukup kurang dikenal. Banyak penderita BDD menerima perawatan nonpsikiatrik, seperti melakukan operasi kecantikan bagi wanita, sehingga mereka tidak mengenali bahwa itu merupakan gejala BDD. Selain itu, penderita biasanya malu dengan gejala yang mereka alami dan tidak berani mengungkapkannya.

Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) dapat didefinisikan sebagai perasaan individu dimana mereka merasa tidak puas dengan penampilan fisik yang dimilikinya (Rahmania & Yuniar, 2012). Kencederungan perilaku BDD ini dapat mempengaruhi pikiran, perasaan, perilaku dan hubungan sosial. Penderita BDD biasanya sesorang akan memfokuskan tidak hanya pada bagian tubuh tertentu, tetapi lebih ke bagian-bagian tubuh yang lain juga.

Seseorang yang mengalami gejala kecenderungan BDD akan cenderung selalu memperbaiki penampilannya saat berada pada lingkungan sosialnya. Usaha yang dilakukan seorang yang mengalami kecenderungan BDD maka dia akan berusaha untuk berdandan mempercantik penampilannya, melakukan program *diet* demi memperbaiki bentuk tubuhnya, melakukan olahraga yang terlalu diporsir, atau bahkan melakukan upaya merubah bentuk tubuhnya seperti melakukan operasi kecantikan. Seseorang yang menderita kecemderungan BDD akan selalu memikirkan penampilan mereka dan berulang-ulang, dan banyak perilaku yang memakan waktu lama, seperti memeriksa penampilan di cermin, dan lamanya pengguanan *makeup* saat berhias.

Penelitian lain menjelaskan bahwa usia rata-rata individu kecenderungan BDD dalam sampel berusia 18 tahun yang dibandingkan dengan rentang usia 15 - 20 tahun pada populasi penelitian dan dilakukan seleksi kepada subjek penelitian

yaitu individu yang memang paling peka terhadap penampilan mereka. Sebanyak 74% sampel penelitian itu pria dan wanita berstatus *single* dan bercerai yang mencerminkan kesulitan mereka dalam membangun dan memelihara hubungan. Hasilnya diketahui terdapat gangguan lain yang tinggi dengan gejala BDD dan yang paling umum adalah gangguan *mood* (26%), *fobia sosial* (16%) dan gangguan obsesif-kompulsif (6%). Sebesar 24% subjek memiliki kecenderungan melakukan percobaan bunuh diri di masa lalunya. Kemudian memiliki kelainan kepribadian sebesar 72% dari keseluruhan subjek, dan fenomena yang paling umum adalah paranoid, menarik diri dari lingkungan dan obsesif-kompulsif. (Boocock, 1996).

Kebanyakan penilitan yang telah dilakukan yaitu mencari kebenaran mengenai kaitan antara gejala BDD dengan perilaku bunuh diri seseorang, namun tidak satu pun penelitian yang dapat didapat sehubungan dengan hubungan antara BDD dan perilaku bunuh diri. Hanya data tentang usaha bunuh diri saja yang dimasukkan dalam analisis utama untuk penelitian, yaitu data mengenai kemunculan ide bunuh diri dan usaha bunuh diri yang diperoleh. Penelitian lain yang menyelidiki keterkaitan antara BDD dan pikiran untuk bunuh diri dan usaha bunuh diri. Diketahui individu yang didiagnosis dengan BDD empat kali lebih mungkin mengalami ide bunuh diri dan dua kali lebih mungkin untuk melakukan usaha bunuh diri dibandingkan dengan orang tanpa gangguan BDD (Angelakis, Gooding, & Panagioti, 2016).

Kemudian penelitian lain juga menjelaskan bahwa sebagian individu yang cenderung memiliki gejala BDD bahkan mengurung diri di rumah untuk menghindari orang lain melihat kekurangan yang dibayangkannya. Hal ini sangat mengganggu dan terkadang dapat mengerah pada bunuh diri seringnya konsultasi pada dokter bedah plastik dan beberapa individu yang mengalami hal ini bahkan melakukan operasi sendiri pada tubuhnya. Sayangnya, operasi plastik berperan kecil dalam menghilangkan kekhawatiran mereka (Castle, Rossell, & Kyrios, 2006).

Sebuah *survey* yang sudah ada, bahwa sebagian besar seseorang yang diindikasi gangguan BDD adalah wanita. Satu dari 50 wanita bisa mengalami gangguan ini pada usia 30 tahun keatas. Kasus BDD pada remaja putri juga banyak ditemukan, yaitu sebanyak 70% kasusnya dimulai sebelum usia 18 tahun. Dalam penelitian ini juga didapat data *survey* pada 265 dokter bedah plastik dan hasilnya ditemukan sebanyak 178 di antaranya merawat pasien dengan gangguan BDD. Pada semua kasus, hanya 1% saja pasien mereka yang mengaku persoalan BDD mereka berkurang setelah dioperasi (Rusad, 2011).

Gejala BDD ini erat kaitannya dengan *body image* seseorang. Hal ini dijelaskan dalam penelitian lain yang diketahui hasilnya menunjukkan adanya pengaruh langsung dan signifikan antara citra tubuh dengan BDD. Dimana seseorang terutama wanita akan melakukan berbagai cara untuk mendapatkan penampilan atau tubuh yang ideal sehingga terlihat lebih menarik, seperti menggunakan pakaian yang menutupi kekurangan tubuh ataupun melakukan *treatment* tubuh dan wajah, akan tetapi semua hal itu masih belum memberikan kepuasan pada penampilan mereka. Obsesi seseorang untuk mendapatkan bentuk tubuh dan tampilan fisik yang ideal dapat dijadikan salah satu indikasi bahwa remaja tersebut memiliki karakteristik dari gejala BDD (Nourmalita, 2016). Bentuk tubuh individu menjadi bagian yang diprioritaskan pertama kali dan selalu dilihat orang lain. Keinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal berkaitan erat dengan *body image*. Dengan kata lain seorang individu akan melakukan berbagai cara untuk mendapatkan penampilan fisik yang ideal sehingga terlihat menarik dihadapan orang lain.

*Body image* ini dapat diartikan jika seseorang menilai ataupun mempersepsikan penampilan dan bentuk tubuhnya berupa penilaian positif ataupun negatif (Cash & Pruzinsky, 2002). *Body image* terbentuk ketika seseorang mulai memasuki masa perkembangannya. Persepsi negatif wanita tentang gambaran tubuhnya atau penampilannya dapat memberikan hambatan pada perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan untuk membangun hubungan yang positif dengan orang lain (Dacey & Kenny, 2001).

Perilaku individu yang mulai beranjak pada masa dewasa awal biasanya ditunjukkan dengan upaya memperindah penampilannya seperti, melakukan diet, membuat model rambut, dan upaya-upaya lainnya agar penampilannya lebih menarik. Karena diketahui bahwa individu berupaya merawat tubuhnya dengan pakaian, kosmetik, membentuk model rambut dan sebagainya sehingga dapat membuat dirinya senang dan bangga terhadap penampilan fisik yang dimiliki (Bell & Rushforth, 2008). Penelitian lain menjelaskan bahwa wanita menunjukkan kecemasan yang lebih tinggi terkait dengan berat badan, wanita dipengaruhi oleh penilaian estetika

yang didapat saat berada dilingkungan sosial. Selain itu wanita usia muda sangat terpengaruh melalui perkataan mupun peniruan bentuk tubuh wanita lain (Vega, Francisco, Chávez, Rodríguez, Ornelas, & René, 2014)

Berdasarkan penelitian-penelitian diatas, diketahui bahwa *body image* sangat memberikan pengaruh terhadap gejala munculnya kecenderungan BDD pada diri individu terutama pada wanita. Dalam penelitian ini, peneliti berfokus pada mahasiswi yang dalam kategori perkembangan memasuki masa dewasa awal. Hal yang membedakan penelitian ini dari penelitian sebelumnya yaitu subjek penelitian ini dikarenakan pada masa ini mulai terbentuknya aktivitas merawat diri secara mandiri demi memperoleh pasangan ataupun sekedar menarik perhatian di lingkungan sosialnya. Tugas perkembangan dewasa awal merupakan masa individu mulai bekerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis, dan menyisakan sedikit waktu untuk hal lainnya (Santrock, 2012). Oleh karenanya, peneliti tertarik mengetahui pengaruh *body image* (citra tubuh) yang mengakibatkan munculnya kecenderungan gejala BDD (kecemasan pada bentuk tubuhnya) pada diri mahasiswi. Manfaat yang didapat dari penelitian ini yaitu memberikan pemahaman bagi konsumsi publik mengenai gejala BDD pada seorang individu dan menyadarkan pembacanya dalam menguatkan citra diri positif dan mengurangi rasa obsesi seseorang yang memperbaiki penampilannya melalui hasil penelitian ini.

## METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis pendekatan *cross-sectional study* yaitu jenis pendekatan yang melihat suatu hubungan sebab akibat antar variabel serta melakukan pengamatan yang hanya dilakukan sekali sesuai dengan waktu yang ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2012). Pengolahan data kuantitatif menggunakan SPSS 24 yang bertujuan untuk mendeteksi sada atau tidaknya pengaruh antar variabel. Penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data menggunakan *instrument* penelitian, analisis data bersifat statistik, dan dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2012).

Subjek penelitian yang digunakan yaitu mahasiswi (wanita). Pengambilan data dilakukan pada lingkup nasional. Penggunaan lingkup area ini selain sebagai langkah mempercepat pengambilan data, dan karena subjek penelitian berupa mahasiswi perguruan tinggi negeri/swasta sebagai karakteristiknya. Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini ialah *accidental sampling. Accidental sampling* sendiri merupakan metode penentuan sampel tanpa disengaja (*accidental*), yaitu peneliti mengambil sampel yang kebetulan ditemuinya pada saat itu dan sampel yang diambil juga sesuai dengan karakteristik subjek yang digunakan (Sugiyono, 2012). Tehnik pengambilan sampel dengan cara ini dirasa sesuai untuk karakteristik subjek penelitian yang bersifat umum.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diuji, yaitu variabel bebas (X) berupa *body image* dan variabel terikat (Y) berupa *body dysmorphic disorder. Body image* merupakan gambaran seseorang tentang bentuk tubuh ataupun penampilannya yang diikuti dengan persepsi mereka terhadap karakteristik tubuhnya. Kecenderungan *Body dysmorphic disorder* dapat diartikan sebagai peralakuan yang obsesif jika seseorang tidak puas terhadap penampilan fisiknya yang dianggap belum menarik.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 2 skala yaitu yang pertama skala untuk mengukur *body image* dan kecenderungan BDD pada mahasiswi. Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *likert*.

Analisa data menggunakan teknik korelasi *product moment*. Uji analisis korelasi *product moment* adalah jenis perhitungan statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara satu atau beberapa variabel terhadap satu buah variabel (Sugiyono, 2012).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan subjek sebanyak 357 mahasiswi yang disebar secara nasional. Analisis data dalam penelitian ini didasarkan pada usia dan asal universitas dan fakultas dari subjek, kemudian jenis perawatan kecantikan apa saja yang digunakan subjek, serta intensitas subjek melakukan perawatan kecantikan.

Tabel 1. Perhitungan Body Image dan Kecenderungan BDD Berdasarkan Jenis Treatment

| **Jenis Treatment** | **Frekuensi** | **Persentase** | ***Body Image*** | | **Kecenderungan BDD** | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | **F** | **p** | **F** | **p** |
| **1 Jenis** | 71 | 20,23% | 34,995 | 0,00 | 29,355 | 0,000 |
| **2 Jenis** | 58 | 16,25% | | | | |
| **3 Jenis** | 219 | 61,34% | | | | |

| >3 Jenis | 9 | 2,52% |
|---|---|---|

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa jenis *treatment* yang digunakan oleh subjek dengan jumlah jenis *treatment* sebanyak 3 jenis yaitu sebanyak 220 subjek (62,85%) dan yang paling sedikit jumlah perawatannya sebanyak >3 jenis yaitu sebanyak 9 subjek (2,57%). Berdasarkan uji anova, diperoleh nilai F = 34,995 dan nilai P = 0,000 pada variabel *body image*, serta nilai F 29,355 dan nilai P = 0,000 pada variabel kecenderungan BDD. Maka dapat diartikan bahwa adanya pengaruh antara variabel *body image* dan kecenderungan BDD ditinjau dari jenis *treatment* / perawatan kecantikan yang lakukan oleh subjek dalam seminggu.

Tabel 2. Perhitungan Body Image dan Kecenderungan BDD Berdasarkan Intensitas Treatment

| Intensitas Treatment | Frekuensi | Persentase | *Body Image* | | Kecenderungan BDD | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | F | P | F | P |
| 1 kali | 157 | 43,97% | 4,053 | 0,018 | 4,129 | 0,017 |
| 2 kali | 172 | 48,17% | | | | |
| >3 kali | 28 | 7,84% | | | | |

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa intensitas *treatment* yang paling banyak dilakukan subjek dalam seminggu yaitu sebanyak 2 kali *treatment* sebanyak 172 subjek (48,17%) dan yang paling sedikit intensitas *treatment* sebanyak >3 kali dalam seminggu yaitu sebanyak 28 subjek (7,84%). Berdasarkan uji anova yang dilakukan, diperoleh nilai *f* = 4,053 dan nilai *p* = 0,018 pada variabel *body image*, selanjutnya untuk nilai *f* = 4,129 dan nilai *p* = 0,017 pada variabel kecenderungan BDD. Maka dapat diartikan bahwa adanya tingkat pengaruh variabel *body image* dan kecenderungan BDD ditinjau dari intensitas *treatment* yang dilakukan oleh subjek.

Tabel 3. Kategori Body Image dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder

| Variabel | Mean | Standar Deviasi | Kategori | Interval | Frekuensi | Presentase |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Body Image* | 31,96 | 4,39 | Tinggi | 34 – 39 | 179 | 50,14% |
| | | | Rendah | 24 – 33 | 178 | 49,86% |
| BDD | 76,21 | 3,68 | Tinggi | 77 - 83 | 180 | 50,42% |
| | | | Rendah | 69 – 76 | 177 | 49,57% |

Tabel 3 menunjukkan data kategori variabel *body image* dengan nilai *mean* sebesar 31,96 dan *standart deviasi* sebesar 4,39. Pada variabel *body image* nilai tertinggi yaitu pada kategori tinggi dengan presentase sebanyak 50,14% atau sebanyak 179 subjek dan untuk nilai terendah yaitu pada kategori rendah dengan presentase 49,86% atau sebanyak 178 subjek. Sedangkan pada variabel kecenderungan BDD memiliki nilai *mean* 76,21 dan *standart deviasi* 3,68. Pada variabel kecenderungan BDD nilai tertinggi yaitu pada kategori tinggi dengan presentase 50,42% atau sebanyak 180 subjek dan yang nilai terendah berada pada kategori rendah dengan presentase 49,57% atau sebanyak 177 subjek.

Tabel 4. Uji Hipotesa Penelitian

| *Correlation Coefficient* | *P* |
|---|---|
| -0,281 | 0,000 |

Uji hipotesa hubungan variabel *body image* dan *body dismorphic disorder* (BDD) didapatkan nilai probabilitas (*p*) < 0,005 yang menunjukkan *body image* dan BDD memiliki hubungan yang signifikan. Dilihat dari angka *spearman correlation coefficien* yakni -0,281 menunjukkan arah hubungan *body image* dan *body dismorphic disorder* (BDD) negatif serta memiliki hubungan yang lemah.

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan didapat nilai korelasi body image dan BDD sebesar 0,306 dengan probabilitas = 0,000 (p < 0,05), dan ($R^2$) sebesar 0,093. Hal tersebut menunjukkan bahwa angka korelasi kedua variabel memiliki korelasi yang positif namun angka korelasi dikatakan lemah. Hipotesis dalam penelitian ini diterima, yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari *body image* terhadap kecenderungan BDD pada mahasiswi dengan besar pengaruh 9,3%. Hal ini membuktikan bahwa semakin individu beranggapan tentang segala sesuatu yang berkaitan dengan penampilan dan bentuk tubuh yang ada dirinya adalah yang terbaik, maka kecenderungan individu untuk terobsesi merubah kekurangan yang ada pada penampilan dan tubuhnya tidak akan muncul. Begitu juga sebaliknya, jika individu beranggapan bahwa segala sesuatu yang berkaitan dengan penampilan dan bentuk tubuhnya adalah buruk, maka kecenderungan individu untuk terobsesi merubah kekurangan yang ada pada penampilan dan tubuhnya akan muncul. Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya bahwa ada keterkaitan antara *body image* dan kecenderungan BDD, dimana *body image* sendiri merupakan salah satu faktor yang dapat memunculkan kecenderungan BDD pada diri mahasiswi (Nourmalita, 2016).

Berdasarkan dari karakteristik jenis *treatment* kecantikan yang dilakukan subjek, dapat diketahui bahwa sebagian besar subjek yakni sebanyak 219 (61,34%) mahasiswi melakukan 3 jenis perawatan kecantikan sekaligus, dan sebanyak 172 (48,17%) subjek melakukan perawatan 2 kali dalam satu minggu. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh antara *body image* dan gejala kecenderungan BDD yang ditinjau dari jenis perawatan kecantikan apa saja yang digunakan oleh mahasiswi. Kemudian pengaruh lain juga didapat dalam penelitian ini yaitu adanya pengaruh yang signifikan juga antara *body image* dan gejala kecenderungan BDD yang ditinjau dari intensitas mahasiswi melakukan perawatan dalam setiap minggunya. Dimana hal ini juga menjadikan faktor penentu bagaimana seseorang memunculkan rasa obsesinya untuk merubah atau terlalu mengkhawatirkan penampilan dan bentuk tubuhnya. Berbeda pada penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa *body image* yang negatif pada diri seseorang justru menyebabkan orang tersebut tidak mendatangi tempat perawatan kecantikan untuk merawat tubuhnya karena orang-orang yang memiliki citra tubuh negatif biasanya tidak mampu mengelola emosi negatif, merasa inferior, dan mudah stres dalam menjalani program kesehatan sehingga mudah untuk menghentikan atau tidak melakukan program tersebut (Suseno & Dewi, 2014). Berbeda dalam hasil penelitian ini didapatkan 2 hasil bahwa adanya pengaruh antara *body image* dan kecenderungan BDD yang ditinjau dari jenis *treatment* kecantikan yg digunakan maupun intensitas mahasiswi melakukan perawatan dalam seminggu.

Hasil penelitian ini juga menjelaskan bahwa besarnya pengaruh *body image* mahasiswi terhadap kecenderungan BDD hanya sebesar 9,3%. Kecilnya sumbangan *body image* terhadap kecenderungan BDD dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah hasil uji linearitas yang menunjukkan nilai linearitas hanya sebesar 0,046 < 0,05 (dikatakan tidak linear). Hal inilah yang menyebabkan pengaruh *body image* terhadap kecenderungan BDD bernilai sangat kecil. Faktor lain yang menyebabnya rendahnya pengaruh *body image* terhadap BDD adalah adanya faktor lain yakni sebesar 90,7%. Faktor-faktor lain yang mampu mempengaruhi munculnya kecenderungan BDD yaitu faktor yang pertama adalah faktor biologis, seperti perubahan kelainan neuroanatomi yaitu terganggunya susunan saraf yang menyebabkan timbulnya obsesi pada diri seseorang, kemudian akibat ketidaksesuaian persepsi visual seseorang dan kecenderungan khusus yang menyebabkan kecenderungan BDD muncul. Faktor yang kedua adalah faktor psikologis yaitu seperti kesulitan ataupun kejadian traumatik yang terjadi dimasa kanak-kanak, adanya sifat-sifat yang khas yang dimiliki individu, dan bahkan dari berbagi teori belajar juga memiliki kontribusi memunculkan kecenderungan BDD. Kemudain untuk faktor yang ketiga yaitu faktor sosial, seperti peran gender individu, budaya yang dianut, maupun dari media masa (Nurlita & Lisiswanti, 2016).

Pada penelitian ini juga diperoleh hasil bahwa body image mahasiswi tergolong rendah, namun di sisi lain tingkat gejala kecenderungan BDD yang ada pada mahasiswi tergolong sedang. walaupun gejala kecenderungan BDD ini masih tergolong sedang seharusnya mahasiswi sudah menyadari sebelumnya bahwa mereka secara tidak sadar selalu terobsesi untuk menutupi kekurangannya ataupun terus-terusan mengubah penampilannya. Dalam penelitian ini mahasiswi terlihat mulai memunculkan gejala kecenderungan BDD dan mahasiswa cenderung menilai rendah dirinya sendiri. Sehingga memicu kemunculan gejala perilaku obsesi ingin memperbaiki ataupun menutupi kekurangan yang ada pada diri mahasiswi tersebut. Dimana gejala yang dimunculkan terlihat sesuai dengan bentuk perilaku yang mengindikasikan kecenderungan BDD yaitu tindakan terobsesi pada penampilan fisiknya yang memiliki kecacatan / kekurangan dan selalu terpikirkan. Selanjutnya mereka juga meyakini bahwa memiliki kecacatan / rasa kurang puas terhadap penampilan yang membuat seseorang merasa jelek / tidak menarik. Perilaku sering memperhatikan cermin atau bahkan menghindari bercermin. Kemudian perilaku yang menghindari situasi sosial atau malu bertemu saat penampilannya buruk. Selanjutnya rasa tidak puas melakukan perawatan kecantikan yang dilakukan terus menerus. Kemudian tidak puas dengan hasil foto yang didapat dan mengulanginya lagi hinga mendapatkan hasil yang sempurna. Bahkan mengenakan riasan atau pakaiaan berlebih untuk menutupi kekurangan pada dirinya (Phillips, 2001).

Penelitian sebelumnya memang banyak menunjukkan keterkaitan antara dan gangguan BDD yang langsung mendiagnosis para pengidapnya. Namun yang menjadi kelebihan tersendiri dalam penelitian ini dimana peneliti ingin mengungkap apakah pada diri individu dewasa (mahasiswi) secara umum, mereka masih belum

bisa menyadari mengenai kemunculan gejala kecenderungan BDD pada dirinya. Selain itu dalam penelitian ini juga didapat bahwa ada faktor lain yang mempengaruhi kedua variabel. Pertama yaitu adanya pengaruh antara *body image* dan kecenderungan BDD yang ditinjau dari jenis treatment kecantikan yang dilakukan, dan kedua adanya pengaruh antara *body image* dan kecenderungan BDD yang ditinjau dari intensitas *treatment* kecantikan yang dilakukan subjek di setiap minggunya. Banyak literatur yang menjelaskan kalau gangguan BDD merupakan salah satu penyakit mental, dan banyak juga literatur yang memiliki gambaran mengenai gangguan BDD tersebut. Diharapkan menambah varibel mediasi lain dalam penelitian berikutnya untuk ditambahkan faktor lainnya seperti faktor biologis atau mungkin dengan menambahkan variabel mediasi di penelitian selanjutnya. Penelitian ini juga tidak menjelaskan hubungan timbal balik antar variabel. Sehingga perlu dilakukan penelitian lain seperti misalnya penelitian eksperimen dan penelitian korelasional.

## KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan kepada 360 mahasiswi secara luas, dapat disimpulkan bahwa bahwa *body image* memberikan pengaruh atau sumbangan 36ariable yang signifikan terhadap gejala kecenderungan *body dysmorphic disorder* dimana semakin seorang individu beranggapan bahwa segala hal mengenai penampilan dan bentuk tubuh yang ada dirinya adalah yang terbaik, maka kecenderungan seseorang yang terobsesi merubah kekurangan yang ada pada penampilan dan tubuhnya tidak akan muncul. Begitu juga sebaliknya, jika seorang individu beranggapan bahwa segala hal mengenai penampilan dan bentuk tubuh yang ada dirinya adalah yang buruk, maka kecenderungan seseorang yang terobsesi merubah kekurangan yang ada pada penampilan dan tubuhnya akan muncul.

Implikasi dari penelitian ini adalah bagi para mahasiswi yang memang pada dasarnya ingin tampil lebih baik di lingkungan sosialnya, untuk selalu mengingat untuk berpenampilan bagus tidak harus selalu merubah penampilan atau bentuk tubuh. Dengan perlahan belajar menyikapi persepsi mengenai penampilan dan tubuh kita secara positif, maka secara perlahan kita dapat menganalisa diri kita apakah akan memunculkan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada diri kita. Dimana hal ini dapat menjadikan pengidapnya mengalami gangguan mental dikemudian hari. Bagi peneliti berikutnya yang berkeinginan untuk melanjutkan penelitian ini, diharapkan agar memperdalam analisis faktor lain yang ada pada penelitian ini seperti mencari pengaruh kedua 36ariable yang ditinjau dari jenis *treatment* kecantikan atau memperdalam analisis pengaruh kedua 36ariable terhadap intensitas perawatan kecantikan yang digunakan gejala kecenderungan *body dysmorphic disorder* serta dapat pula melakukan penelitian dengan jenis penelitian lain misalnya eksperimen dan lain sebagainya.

## DAFTAR PUSTAKA


Angelakis, I., Gooding, P. A., & Panagioti, M. (2016). Suicidality in body dysmorphic disorder (BDD): A systematic review with meta-analysis. Clin*ical Psychology Review*, 49(August), 55–66. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.08.002

American Psychology Association. (2000). *DSM V-TR (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders IV Text Revision)*. Washington, DC: American Psychiantric Association Press.

Bell, L. & Rushforth, J. (2008). *Overcoming Body Image Distrubance: A Progran for People with Eating Disorder*. New York: Routledge.

Boocock, A. N. N. (1996). Body Dysmorphic Disorder A Surveyof Fifty Cases. *The British Journal of Psychiatry*. 196–201.

Broto, H. D. F. C. (2016). Stress Pada Mahasiswa Penulis Skripsi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma*.

Cash,T.F.& Pruzinsky, T. (2002). *Body image: Handbook of theory,research and clinical practice*. Guilford Press.

Cash, T.F. (2012). *Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image. Encyclopedia of Body Image and Human Appearance Volume 1*. Elsevier.Inc.

Castle, D. J., Rossell, S., & Kyrios, M. (2006). Body Dysmorphic Disorder. *Psychiatric Clinics of North America*, *29*(2), 521–538. https://doi.org/10.1016/j.psc.2006.02.001

Dacey,J. & Kenny, M. (2001). *Adolescent development (2th ed)*. USA: Brown & Bencmark Publisher.

Nevid, Jeffrey S, dkk. (2005). *Psikologi Abnormal* edisi kelima. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.

Nourmalita, M. (2016). Pengaruh Citra Tubuh terhadap Gejala Body Dismorphic Disorder yang Dimediasi Harga Diri pada Remaja Putri, 19–20. *Retrieved from mpsi.umm.ac.id/files/file/546- 555 melina.pdf*

Nurlita, D. & Lisiswanti, R. (2016). Body Dysmorphic Disorder*. Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*.

Phillips, K. (2001). Somatoform and Factitious Disorders (Review of Psychiatry Series), Volume 20, Number 3; Oldahm JM and Riba MB, series editors). *The Journal of Clinical Psychiatry* (Vol. 64). https://doi.org/10.4088/JCP.v64n0118a

Rahmania, P. N., & Yuniar, I. C. (2012). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri. *Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*, *1*(2), 110–117.

Rusad, I. (2011). Body Dysmorphic Disorder (BDD): Kalau Bersolek Bisa Aduhai. Diakses pada tanggal 22 Januari 2018. https://www.kompasiana.com/irsyalrusad/body-dysmorphic-disorder-bdd-kalau-bersolek-bisa-aduhai_550ae5b08133112e14b1e303

Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. (N. I. Sallama, Ed.) (13 th). Jakarta: Erlangga.

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suseno, A. O., & Dewi, K. S. (2014). Relationship Between Body Dissatisfaction With Intentions of Body Treatments in Early Adult. *Journal of Psycholog Diponegoro University*, *3*(3), 20–31.

Vega, H. B., Francisco, J., Chávez, A., Rodríguez-villalobos, J. M., René, J., & Ornelas, B. (2014). Body Image Anxiety on University Students ( Differences between Men and Women ), (October), *Journal of Medical Psychology* 348–354. https://file.scirp.org/pdf/OJMP_2014101615235051.pdf

Watkins, C. E. (2006). Body Dysmorphic Disorder. *The Journal of Notrhern County Psychiatric Associates*. Baltimore. http://ncpamd.com/body-dysmorphic-disorder/ diakses pada tanggal 2 Maret 2018